

## Concluziile Consiliului privind promovarea aptitudinilor motrice și a activităților fizice și sportive ale copiilor <sup>(1)</sup>

(2015/C 417/09)

CONSILIUL UNIUNII EUROPENE ȘI REPREZENTANȚII GUVERNELOR STATELOR MEMBRE

I. REAMINTIND CONTEXTUL POLITIC, ASTFEL CUM ESTE EXPUS ÎN ANEXĂ, PRECUM ȘI URMĂTOARELE

1. Concluziile Consiliului din 27 noiembrie 2012 privind „promovarea activităților fizice care întăresc sănătatea. (HEPA)” <sup>(2)</sup>, subliniind faptul că „*datorită beneficiilor în materie de prevenire, tratament și reabilitare, activitatea fizică aduce beneficii la orice vârstă*”.
2. Recomandarea Consiliului din 26 noiembrie 2013 privind promovarea intersectorială a activității fizice de îmbunătățire a stării de sănătate <sup>(3)</sup>, prin care statele membre erau invitate să elaboreze politici intersectoriale și strategii integrate care să implice sportul, educația, sănătatea, transporturile, mediul, planificarea urbană și alte sectoare relevante și în care se sublinia că „*Educația fizică în școli poate fi un instrument eficace de creștere a gradului de conștientizare a importanței HEPA, iar școlile pot fi vizate cu ușurință și eficacitate pentru a introduce activități de acest tip*”.
3. Al doilea Plan de lucru european pentru sport (2014-2017) <sup>(4)</sup>, adoptat la 21 mai 2014, care identifica practicarea activității fizice pentru întărirea sănătății, precum și educația și formarea în domeniul sportului ca fiind teme prioritare ale cooperării la nivelul UE în domeniul sportului, și care a instituit grupul de experți pe tema HEPA care să facă recomandări pentru încurajarea educației fizice în școli, inclusiv a aptitudinilor motrice în primii ani ai copilăriei, precum și pentru crearea de interacțiuni valoroase cu sectorul sportului, cu autoritățile locale și cu sectorul privat.

II. RECUNOSC CĂ:

4. De multă vreme, comunitatea internațională a recunoscut cât de importante sunt joaca și recreerea în viața fiecărui copil. Convenția ONU din 1989 cu privire la drepturile copilului (CDC) stipulează explicit, la articolul 31, că „statele părți recunosc copilului dreptul la odihnă și la vacanță, dreptul de a practica activități recreative proprii vârstei sale, de a participa liber la viața culturală și artistică”. Toate activitățile destinate copiilor, inclusiv activitățile sportive și educația fizică trebuie să se desfășoare întotdeauna în conformitate cu Convenția ONU cu privire la drepturile copilului.
5. Orientările UE privind activitatea fizică <sup>(5)</sup> au relevat faptul că obiceiurile zilnice în primii ani ai copilăriei s-au schimbat în ultimii ani din cauza noilor tipare de recreere (televiziunea, internetul, jocurile video, telefoanele inteligente etc.) și că acest lucru a dus la scăderea activității fizice în rândul copiilor. Mai mult, lipsa de timp, constrângerile sociale și bugetare, modificările stilului de viață sau lipsa unor facilități sportive corespunzătoare în apropiere pot fi, de asemenea, la baza acestei tendințe. Orientările UE au evidențiat faptul că există o serioasă preocupare legată de faptul că locul activităților fizice în rândul copiilor și tinerilor a fost luat de activități mai sedentare.
6. În pofida înclinației pe care o au copiii în general spre activitatea fizică, aceasta din urmă se află în scădere în ultimii douăzeci de ani. Această modificare coincide cu procentele crescânde de supraponderalitate și de obezitate la copii, precum și cu probleme de sănătate sau handicapuri fizice precum afecțiunile musculo-scheletice. Conform estimărilor Inițiativei OMS privind supravegherea obezității în rândul copiilor (COSI), în UE, aproximativ un copil din trei în grupa de vârstă 6-9 ani era supraponderal sau obez în anul 2010 <sup>(6)</sup>. Aceasta este o creștere îngrijorătoare comparativ cu anul 2008, când estimările arătau aceeași tendință la un copil din patru <sup>(7)</sup>. În țările

<sup>(1)</sup> În contextul prezentelor concluzii, cuvântul „copii” se referă la copiii cu vârste cuprinse între 0 și 12 ani.

<sup>(2)</sup> JO C 393, 19.12.2012.

<sup>(3)</sup> JO C 354, 4.12.2013.

<sup>(4)</sup> JO C 183, 14.6.2014.

<sup>(5)</sup> Orientările UE privind activitatea fizică: Acțiuni politice recomandate în sprijinul activităților fizice menite să îmbunătățească sănătatea (2008) au fost salutate în concluziile Președinției cu ocazia reuniunii informale a miniștrilor UE responsabili de sport: [http://ec.europa.eu/sport/library/policy\\_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008\\_ro.pdf](http://ec.europa.eu/sport/library/policy_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008_ro.pdf).

<sup>(6)</sup> Planul de acțiune al UE privind obezitatea infantilă 2014-2020 ([http://ec.europa.eu/health/nutrition\\_physical\\_activity/docs/childhoodobesity\\_actionplan\\_2014\\_2020\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/docs/childhoodobesity_actionplan_2014_2020_en.pdf)).

<sup>(7)</sup> COM(2005) 637.

industrializate, în cazul copiilor cu vârste mai mici de 5 ani, prevalența supraponderalității și a obezității a crescut de la 8 % în 1990 la 12 % în 2010, urmând să ajungă, conform estimărilor, la 14 % până în anul 2020 <sup>(8)</sup>. Lipsa activităților fizice are efecte negative și în ceea ce privește sistemele de sănătate și economia în ansamblu. Se preconizează că aproximativ 7 % din bugetele naționale de sănătate se dedică anual în întreaga UE afecțiunilor conexe obezității <sup>(9)</sup>.

7. Pentru a preveni aceste probleme de sănătate infantilă și de dezvoltare, toți copiii (inclusiv copiii cu handicap) trebuie încurajați să fie activi fizic. Primii ani ai educației și îngrijirii copiilor de vârstă mică (ECEC) sunt importanți, deoarece în intervalul respectiv se dezvoltă aptitudini-cheie. Prin joacă și activități fizice, copiii învață și deprind aptitudini de care vor avea nevoie toată viața. Acest proces de învățare numit dezvoltarea aptitudinilor motrice nu se derulează întotdeauna în mod natural. Prin urmare, promovarea conștientizării și crearea de ocazii în care copiii să fie activi fizic sunt de o importanță crucială.
8. OMS a identificat insuficiența practicării activităților fizice drept cel de al patrulea factor de risc pentru mortalitate precoce și boli la nivel global <sup>(10)</sup>. Avantajele activităților fizice sunt binecunoscute. Activitatea fizică este una dintre cele mai eficiente modalități de prevenire a bolilor netransmisibile și de combatere a obezității, precum și de păstrare a unui mod de viață sănătos <sup>(11)</sup>. Există, de asemenea, din ce în ce mai multe dovezi privind corelația pozitivă dintre exercițiile fizice și sănătatea mintală și procesele cognitive <sup>(12)</sup>.

Rapoartele OMS <sup>(13)</sup> au demonstrat că practicarea unei activități sportive sau fizice regulate, moderate spre intense <sup>(14)</sup> (de cel puțin 60 de minute zilnic în cazul copiilor de vârstă școlară și 3 ore pentru copiii din ECEC) creează o predispoziție pe termen lung pentru activitatea fizică, aceasta sporind în adolescență și la vârsta adultă <sup>(15)</sup>. De asemenea, studiile au demonstrat că, atunci când copiii încep să facă mișcare de la o vârstă mică, tind să aibă rezultate școlare mai bune, probleme comportamentale și disciplinare mai puține și se pot concentra la ore mai mult timp decât colegii lor <sup>(16)</sup>.

9. Mediul educațional are un rol deosebit de important în acest context, deoarece copiii practică activitățile fizice și sportul la școală. De aceea, școlile și cadrele didactice facilitează activitățile fizice ale copiilor, asemenea educatorilor din contextele ECEC și cluburilor sportive. În cazul copiilor, părinții, familia și comunitatea ca întreg dețin la rândul lor un rol important.
10. Conform experților, activitățile fizice adecvate copiilor cu vârste mai mici de 12 ani ar trebui să fie organizate pe grupe de vârstă <sup>(17)</sup>. Printre activitățile din ECEC și din ciclul primar se numără activități structurate și activități nestructurate care ajută copiii să își dezvolte aptitudinile precum alergatul, săritul sau aruncatul.

<sup>(8)</sup> [www.toybox-study.eu](http://www.toybox-study.eu).

<sup>(9)</sup> Planul de acțiune al UE privind obezitatea infantilă 2014-2020.

<sup>(10)</sup> Recomandări la scară mondială privind activitățile fizice pentru sănătate, OMS, 2010.

<sup>(11)</sup> Lee IM, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT, Lancet Physical Activity Series Working Group. „Efectul activităților fizice asupra bolilor netransmisibile la scară mondială: o analiză a poverii morbidității și a speranței de viață”, 2012, Jul. Lancet.

<sup>(12)</sup> Strong, WB, RM Malina, CJR Blimkie, SR Daniels, RK Dishman, B Gutin, AC Hergenroeder, A Must, PA Nixon, JM Pivarnik, T Rowland, S Trost, F Trudeau (2005), „Activități fizice susținute cu dovezi, adresate tinerilor de vârstă școlară”, The Journal of Pediatrics, 146(6):732-737.

Departamentul SUA pentru sănătate și servicii adresate populației. Raportul comitetului consultativ conținând orientări privind activitățile fizice, 2008 (<http://www.health.gov/paguidelines/Report/pdf/CommitteeReport.pdf>). Studiu al Universității Saint-Gallen realizat în 2011.

<sup>(13)</sup> Recomandări la scară mondială privind activitățile fizice pentru sănătate, Organizația Mondială a Sănătății, 2010 ([http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf)).

Departamentul SUA pentru sănătate și servicii adresate populației. Raportul comitetului consultativ conținând orientări privind activitățile fizice, 2008 (<http://www.health.gov/paguidelines/Report/pdf/CommitteeReport.pdf>). Studiu al Universității Saint-Gallen realizat în 2011.

<sup>(14)</sup> De exemplu, Departamentul privind sănătatea și îmbătrânirea, Orientări naționale în materie de activități fizice pentru australieni, Canberra: Uniunea Australiană, 2014 sau Orientările Regatului Unit privind activitatea fizică și Sistemul național de sănătate (NHS) în Anglia: orientări privind activitatea fizică pentru copii (sub cinci ani) (<http://www.nhs.uk/Livewell/fitness/Pages/physical-activity-guidelines-for-children.aspx>).

<sup>(15)</sup> G.J. Welk, J.C. Eisenmann, și J. Dolman, „Activitățile fizice pentru sănătate ale copiilor și adolescenților: o perspectivă bio-comportamentală”, The handbook of physical education, D. Kirk, D. Macdonald și M. O'Sullivan (eds), Londra: Sage Publications Ltd., 2006, p. 665-684.

<sup>(16)</sup> Activitatea fizică poate spori capacitatea de concentrare a copiilor <http://www.sciencedaily.com/releases/2009/03/090331183800.htm> și „Legătura dintre activitatea fizică practică la școală, inclusiv educația fizică, și rezultatele școlare”, Departamentul SUA pentru sănătate și servicii adresate populației, iulie 2010, [http://www.cdc.gov/healthyyouth/health\\_and\\_academics/pdf/pa-pe\\_paper.pdf](http://www.cdc.gov/healthyyouth/health_and_academics/pdf/pa-pe_paper.pdf).

<sup>(17)</sup> Categoriile propuse conform conceptului canadian de dezvoltare sportivă pe termen lung (LTAD).

11. Unele state membre au creat deja diferite strategii naționale, în grade diferite, pentru a încuraja dezvoltarea de aptitudini motrice în primii ani ai copilăriei și activitățile fizice și sportive la copiii cu vârste mai mici de 12 ani, preponderent în cooperare cu sectorul sportului și cu cluburile sau federațiile sportive <sup>(18)</sup>.

12. În conformitate cu mandatul său, Grupul de experți pentru activitatea fizică care întărește sănătatea (HEPA XG) a propus în iunie 2015 un set de recomandări pentru încurajarea educației fizice în școli, inclusiv a aptitudinilor motrice în primii ani ai copilăriei.

### III. INVITĂ STATELE MEMBRE ALE UE:

13. Să aibă în vedere punerea în aplicare a unor politici intersectoriale în colaborare cu sectoarele educației, tineretului și sănătății, printre altele, pentru promovarea activităților fizice și a aptitudinilor motrice în primii ani ai copilăriei, ținând seama, în mod deosebit, de următoarele recomandări ale HEPA XG:

— sporirea conștientizării perioadei dinaintea frecventării învățământului preșcolar și școlar drept potențială oportunitate de promovare a activității fizice a copiilor, mai exact prin intermediul dezvoltării de aptitudini motrice de bază și a ABC-ului în materie de activități fizice;

— sensibilizarea tuturor părților interesate, fie că sunt din școală, fie din sectoarele extrașcolare (cadre didactice, antrenori, părinți etc.), cu privire la importanța elaborării de activități fizice și sportive potrivite pentru copii;

— construirea relațiilor dintre școli și organizațiile relevante (sportive, din sectoarele social și privat, precum și autoritățile locale) pentru a promova și a îmbunătăți disponibilitatea activităților extrașcolare;

— să încurajeze școlile să stabilească un cadru de cooperare cu organizațiile sportive și cu alți furnizori locali (naționali) de activități sportive în vederea promovării de activități atât școlare, cât și extrașcolare și a asigurării disponibilității unor infrastructuri și echipamente sigure de bună calitate pentru educația fizică și activitățile extrașcolare sau de după ore, precum și în direcția desfășurării de campanii locale de sensibilizare;

— să aibă în vedere inițiative de încurajare a autorităților locale să creeze condițiile pentru organizarea transportului către și dinspre școală care să presupună o activitate fizică.

14. Să încurajeze și să sprijine inițiativele adresate tuturor părților implicate (cadre didactice, părinți, școli, cluburi, educatori etc.) la nivelul corespunzător, în scopul de a promova aptitudini motrice și activități fizice adecvate.

15. Să încurajeze activități fizice și sportive adecvate, din cea mai fragedă copilărie până la ECEC și la școala primară, în conformitate cu nevoile specifice ale copiilor, furnizând totodată îndrumări orientative instructorilor/educatorilor.

16. Să încurajeze utilizarea campaniilor de sensibilizare și furnizarea de informații, atât la nivel național și regional, cât și la nivel local, pentru a stimula interesul în ceea ce privește activitățile dedicate aptitudinilor motrice și educației fizice pentru copii.

17. Să încurajeze părinții, familiile și comunitățile în sens mai larg să participe activ la activități fizice cu copiii lor, folosind facilități corespunzătoare (de exemplu piste pentru biciclete și locuri de joacă sigure).

18. Să aibă în vedere sprijinirea inițiativelor de îmbunătățire a infrastructurii sportive pentru copii, mai ales din cadrul instituțiilor de învățământ, stimulând totodată cooperarea între școli și cluburi sportive în ceea ce privește furnizarea de echipamente și facilități pentru copii la nivel local.

<sup>(18)</sup> De exemplu: Franța și federațiile plurisportive (Ufolep, Usep) sau monosportive (gimnastică sau înot) cu antrenament special pentru copiii cu vârste cuprinse între 0 și 6 ani. În Țările de Jos se oferă copiilor mici cursuri sportive speciale, de exemplu gimnastică și înot. În Austria, programul „Copiii în mișcare sănătoasă/Kinder gesund bewegen” urmărește dezvoltarea cooperării dintre cluburile sportive și grădinițe/școli primare și promovarea unui stil de viață activ, propunând activități fizice pentru copiii cu vârste cuprinse între 2 și 10 ani.

19. Să aibă în vedere oferirea de stimulente organizațiilor și cluburilor sportive, școlilor, instituțiilor de învățământ, centrelor de tineret și altor organizații comunitare sau de voluntari care promovează activități fizice pentru copii.
- IV. INVITĂ PREȘEDINȚIA CONSILIULUI UNIUNII EUROPENE, STATELE MEMBRE ȘI COMISIA, ÎN SFERA LOR RESPECTIVĂ DE COMPETENȚE:
20. Să ia act de recomandările HEPA XG ca bază pentru luarea de noi măsuri politice, atât la nivelul UE, cât și la nivelul statelor membre, deoarece acestea prezintă constatări bazate pe dovezi și opțiuni practice care pot fi avute în vedere.
21. Să intensifice cooperarea dintre domeniile de politici responsabile de promovarea aptitudinilor motrice și a educației fizice a copiilor, în conformitate cu recomandările HEPA XG, mai concret dintre sectoarele sportului, sănătății, educației, tineretului și transporturilor.
22. În perspectiva Săptămânii Europene a Sportului, să aibă în vedere acordarea unei atenții speciale inițiativelor care susțin și promovează activitățile sportive școlare și extrașcolare.
23. Să promoveze, după caz, punerea în practică a unor sisteme naționale de monitorizare, a unor studii sau evaluări în scopul de a identifica nivelul de activitate fizică și obiceiurile în materie ale copiilor.
24. Să reflecteze asupra modului în care poate fi abordată mai eficient promovarea dezvoltării aptitudinilor motrice în primii ani ai copilăriei și a strategiilor care să descurajeze stilul de viață sedentar în rândul copiilor, în contextul inițiativelor viitoare la nivelul UE.
25. Să încurajeze sprijinul financiar acordat inițiativelor axate pe aptitudinile motrice și pe educația fizică prin intermediul programelor UE existente, precum Erasmus+, și al fondurilor structurale și de investiții europene și să primească informații suplimentare din partea Comisiei cu privire la aplicarea programelor de finanțare UE în beneficiul sportului.
- V. INVITĂ COMISIA EUROPEANĂ:
26. Să promoveze și să sprijine schimbul de bune practici în ceea ce privește aptitudinile motrice și educația fizică a copiilor în contextul UE.
27. Să îmbunătățească baza de cunoștințe prin sprijinirea colectării de date cantitative și calitative <sup>(19)</sup> în ceea ce privește activitățile fizice, indicatorii condiției fizice și participarea sportivă a copiilor din ECEC sau școli și din afara acestora, în strânsă cooperare cu OMS.
28. Să elaboreze orientări privind activitatea fizică a copiilor în contextul ECEC, al școlilor și al cluburilor sportive, în colaborare cu experți din sfera științei, inclusiv cu OMS, vizând cu precădere factorii de decizie, autoritățile locale, părinții, familiile și comunitățile în sens mai larg.
- VI. INVITĂ MIȘCAREA SPORTIVĂ SĂ AIBĂ ÎN VEDERE:
29. Oferirea unei game de activități sportive necompetitive potrivite pentru copii, adaptate la nivelul corespunzător, în vederea îmbunătățirii sănătății și dezvoltării personale a acestora.
30. Sprijinirea organizării de activități de promovare a activităților sportive școlare și extrașcolare, precum și a aptitudinilor motrice în primii ani ai copilăriei, inclusiv în contextul Săptămânii Europene a Sportului.

<sup>(19)</sup> Pe baza cadrului de monitorizare definit în Recomandarea Consiliului privind HEPA (26 noiembrie 2013).

31. Contribuția la dezvoltarea de parteneriate strânse, obiective comune și campanii de comunicare cu municipalitățile și comunitățile, precum și cu sectoarele educației, tineretului și sănătății, printre altele, pe tema combaterii stilului de viață sedentar prin promovarea sportului în școală și în afara acesteia.
  32. Asumarea unui angajament mai mare de a promova inițiative axate pe activități sportive și fizice care urmăresc să combată stilul de viață sedentar al copiilor prin intermediul unor parteneriate și al cooperării cu sectoarele public și privat.
-

## ANEXĂ

**Context politic**

1. Anul European al Educației prin Sport (EYES 2004), care a accentuat rolul sportului în învățământ și a atras atenția asupra rolului social amplu al sportului;
2. Cartea albă privind sportul, din 11 iulie 2007, prezentată de Comisia Europeană, care a insistat asupra importanței activităților fizice și a arătat că „Timpul petrecut în practicarea activităților sportive la școală și la facultate produce efecte benefice pentru sănătate și educație, efecte care trebuie să fie consolidate” <sup>(1)</sup>.
3. Strategia pentru Europa privind problemele de sănătate legate de alimentație, excesul de greutate și obezitate, adoptată de Comisia Europeană în 2007 <sup>(2)</sup>, care încuraja activitatea fizică, făcând din copii și din grupurile cu un nivel socioeconomic scăzut o prioritate și subliniind totodată că „copilăria este o perioadă importantă pentru inculcarea unei preferințe pentru comportamente sănătoase și pentru căpătarea deprinderilor de viață necesare pentru menținerea unui mod de viață sănătos. Școlile joacă un rol capital în această privință”. <sup>(3)</sup>.
4. Raportul din 30 octombrie 2007 al Parlamentului European privind rolul sportului în educație <sup>(4)</sup> și rezoluția cu același titlu care i-a urmat, care au îndemnat „statele membre și autoritățile competente să se asigure că se pune mai mult accent pe dezvoltarea sănătății în cadrul programelor pedagogice școlare și preșcolare, încurajând forme specifice de activitate fizică adecvate pentru acest grup de vârstă”.
5. Comunicarea Comisiei Europene intitulată „Dezvoltarea dimensiunii europene a sportului” și datată 18 ianuarie 2011, care a recunoscut necesitatea de a „sprijini inițiativele inovatoare privind activitatea fizică la școală în cadrul Programului de învățare de-a lungul vieții referitor la activitățile fizice școlare” <sup>(5)</sup>.
6. „Declarația de la Berlin” (MINEPS V), adoptată de Conferința miniștrilor sportului la 28-30 mai 2013, „subliniind că educația fizică este un punct de acces esențial pentru ca copiii să deprindă aptitudini de viață, să dezvolte tipare comportamentale de participare la activitățile fizice de-a lungul vieții și comportamente ale unui stil de viață sănătos” și stimulând „rolul important pe care îl au activitățile sportive școlare din afara programei de predare în dezvoltarea timpurie și în educarea copiilor și a tinerilor”.
7. Planul de acțiune al UE privind obezitatea infantilă 2014-2020, lansat de Comisia Europeană în 2014 <sup>(6)</sup>. Pe lista celor 8 domenii esențiale de acțiune, Comisia Europeană a evidențiat promovarea unor medii mai sănătoase, mai ales în școli și instituții preșcolare, și încurajarea activității fizice.

---

<sup>(1)</sup> COM(2007) 391 final.

<sup>(2)</sup> COM(2007) 279 final.

<sup>(3)</sup> [http://ec.europa.eu/health/ph\\_determinants/life\\_style/nutrition/documents/nutrition\\_wp\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/nutrition_wp_en.pdf).

<sup>(4)</sup> A6-0415/2007.

<sup>(5)</sup> COM(2011) 12 final.

<sup>(6)</sup> 24 februarie 2014 (actualizat la 12 martie și la 28 iulie 2014).